

## <<高效能人士的七个习惯>>

### 图书基本信息

书名：<<高效能人士的七个习惯>>

13位ISBN编号：9787807232612

10位ISBN编号：7807232617

出版时间：2007-8

出版时间：史蒂芬·柯维、董艺 远方出版社 (2007-08出版)

作者：史蒂芬·柯维

页数：316

译者：董艺

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<高效能人士的七个习惯>>

### 前言

成功，从字面的意思解释，即成就功业或获得预期的结果，达到既定的目的。

成功具有两方面的含义。

一是社会承认了个人的价值，并赋予个人相应的酬谢，如金钱、地位、房屋、尊重等等。

二是自己承认自己的价值，从而充满自信、充实感和幸福感。

古往今来，各个时代的人们大多都忽略了成功的后一种含义，认为只有在获得社会的承认、赢得他人的尊敬，才是成功。

事实上，成功是人的一种积极的主观感觉，是每个人达到自己理想后所产生的一种自信和满足心态。

成功学是一门新兴的学科，它的出现只有不到100年的时间。

成功学是以社会中各种成功现象为研究对象，从中发现规律并指导人们走向成功的一门学问。

成功学始于心理学的研究，心理学是研究行为发生规律的科学，而成功则正是人类文化中最璀璨的行为。

研究心理学的最终目的是进行心理治疗、发掘潜力、完美人性，与成功学的目的完全一致。

英国19世纪著名的社会改革家塞缪尔·斯迈尔斯（Samuel·Smiles）可说是最早的成功学家。

斯迈尔斯一生阅历十分丰富，先后当过医生、商人、摄影师、随笔作家、历史学家、记者、编辑、社会改革家、铁路大臣、公众道德家、演说家。

这种丰富的人生阅历使他能够深刻地观察人性的优劣、观察人生成败得失的原因。

塞缪尔·斯迈尔斯一生写过20多部著作，其中最受人喜爱的是有关人生成功与幸福，有关良知、信仰、道德、自由与责任等领域的随笔作品，其中的《自助》被视为西方的成功学发轫之作。

他的这些作品所蕴含的思想对西方乃至世界许多国家近、现代道德文明的发展产生了巨大的影响。

1848年，奥里森·马登（Orison·Marden）出生于美国的一个农民之家，自幼贫困，他边学习边工作，获得了哈佛医学博士学位。

对马登一生影响最大的是他结识了塞缪尔·斯迈尔斯，这位英格兰励志作家成为马登的引路人，马登立志要成为美国的斯迈尔斯，他真的做到了，他被奉为美国的成功学运动的先驱。

自奥里森·马登之后，美国这个崇尚英雄、崇尚成功的新兴移民国家出现了学习、研究成功学的热潮，相继又出现了戴尔·卡耐基（Dale·Carnegie）、拿破仑·希尔

（Napoleon·Hill）、史蒂芬·柯维（Stephen·R·Covey）、安东尼·罗宾（Anthony·Robbins）、奥格·曼迪诺（Og·Mandino）等一大批著名的成功学家，在以后100年的人类发展史上写下了光辉灿烂的一笔。

## <<高效能人士的七个习惯>>

### 内容概要

安东尼·罗宾 (anthony·robbins) 本来是一名贫穷潦倒的小伙子, 26岁时仍然住在仅有10平方米的单身公寓里, 餐具也只能在浴缸里洗, 生活一团糟, 人际关系恶劣, 前途十分黯淡。

然而自从他发现内心蕴藏着无限的潜能之后, 生活便开始大为改观, 成为一名充满自信的成功者。

如今, 他是一位白手起家、事业成功的亿万富翁, 是当今最成功的世界级潜能开发专家。

他协助过职业球队、企业总裁、国家元首激发潜能, 帮助他们渡过各种困境及低潮。

曾辅导过多位皇室的家庭成员, 被美国前总统克林顿、戴安娜王妃聘为个人顾问; 曾为众多世界名人提供咨询, 包括南非总统曼德拉、前苏联总统戈尔巴乔夫、世界网球冠军安德烈·阿加西等。

## <<高效能人士的七个习惯>>

### 作者简介

作者:(美)史蒂芬·柯维 译者:董艺

## <<高效能人士的七个习惯>>

### 书籍目录

第一章 人类只发挥了十分之一的潜能一般性敌意和国际间敌意阻碍了潜能的发挥人类的自我形象毁灭了潜能人们往往低估了自己的潜能人们的心态限制了人们的潜能潜能是无穷无尽的第二章 人生就决定于你作决定的那一刻你是作决定的人决定可以改变人生如何作出决定不要害怕作错决定作决定要有远见掌握作决定的秘诀第三章 影响人生的力量用长远的眼光对待痛苦和欢乐人生中最重要的一课痛苦和快乐决定人生第四章 创造与毁灭的力量信念激发潜能也毁灭潜能信念的来源建立一个强烈的信念如何改变旧有信念第五章 改变是可以马上做到的吗趋乐避苦主宰了人生现在就来改变第六章 改变你的人生要学会假装不要表里不模仿每天清除垃圾思想控制自我的意念要有积极愉快的心情经常使用自动提示语要变不可能为可能第七章 人可以控制情绪如何控制愤怒的情绪情绪受到行动的影响仇恨所带来的不良影响爱你的敌人十个有力量的情绪第八章 拟出自己期望的未来有什么样的目标就有什么样的人生制订正确的目标制订超越自我的目标避免受消极的影响为意外作规划目标必须长远制订十年长期计划规划你未来的事业蓝图拟订阶梯式的短期目标第九章 影响你一生的关键因素年龄与潜能没有直接的联系不要让别人的评价左右你的潜能超越缺陷就能发挥潜能你认为你行，你就行相信自己想象自己成功作为准备的想象第十章 价值观：人生的指南针价值观的源泉为你的价值观献身找出你的价值观改变你的价值观就能改变你的人生第十一章 自我认定：拓展自我的关键自我认定主宰了人的一生人生随着自我认定的改变而改变改变你的自我认定重新改造你自己你未来的自我认定第十二章 掌控你的情绪改变表情可以改变情绪改变注意力可以改变情绪第十三章 分享与关怀不要低估任何人的价值别占他人的便宜请别人提建议或给予帮助别忘了给朋友“捎点东西”人是感情动物把注意力从你自己身上移开真诚关心别人认真了解别人在生活中注入包容和了解为感情开个帐户第十四章 强化优点，减弱缺点你比想象中的还要好天生我材必有用约束自己，改正缺点第十五章 善用你的时间和生命即时生活先做生命中最重要的事寻找生命中最重要的事不要临时抱佛脚第十六章 就算是上帝也会休息一天该休息，就休息重视业余生活和家人共享星期天早晨第十七章 终极的挑战自我突破毅力可以克服阻碍

## <<高效能人士的七个习惯>>

### 章节摘录

你的一切，就是作决定要有远见。

如果你确实明白自己努力的目标，如果你真愿意奋力去做，如果你知道什么方法有效，如果这时你能调整做法并好好运用上天给你的一切，那么人生就没有任何做不到的事。

任何一位发挥巨大潜能，终获成功的人，都必然是遵循了上述的原则。

在这些成功的故事当中，最典型的一个便是本田宗一郎创办本田汽车公司。

就跟其他所有的公司一样，不管它的规模有多大，本田汽车公司的发迹也是因为本田先生的那一富有远见的决定及不懈的努力所致。

1938年本田还是一名学生时，就变卖了所有家当，全心投入研究制造心目中认为理想的汽车活塞环。

他夜以继日地工作，与油污为伍，累了倒头就睡在工厂里，一心一意期望早日把产品制造出来，卖给丰田汽车公司。

为了继续这项工作，他甚至变卖妻子的首饰，最后产品终于制造出来并送到丰田公司去，但是被认为品质不合而打了回票。

为了求取更多的知识，他重回学校苦修两年，在这期间经常因为自己的设计而被老师或同学嘲笑，认为不切实际。

他无视一路上的痛苦，仍然咬紧牙关朝目标前进，终于在两年之后取得了丰田公司的购买合约，完成他长久以来的心愿。

他能如此，全因为清楚知道所追求的目标，作出决定拿出行动，密切注意成效。

及时调整不当之处，乃至达到目标为止。

此后一切并不是一帆风顺，他又碰上了新的问题。

当时因为军国主义思想影响，日本政府发动残害亚洲人民的二次世界大战使物资吃紧，政府禁卖水泥给他建造工厂。

本田是否就此放手了呢？

他是否怨天尤人了呢？

他是认为美梦碎了呢？

一点都没有。

相反的，他决定另谋它途，和工作伙伴研究出新的水泥制造方法，建好了他们的工厂。

战争期间，这座工厂遭美国空军两次轰炸，毁掉了大部分的制造设备，本田先生是怎么个作法呢？

他迅即召集了一些工人，去捡拾美军飞机所丢弃的汽油桶，称其为“杜鲁门总统所送的礼物”

，因为日本战时各种物资都十分缺乏，而汽油桶刚好提供了本田工厂制造用的材料。

在此之后他们又碰上了地震，整个工厂被夷为平地，这时本田先生不得不把制造活塞环的技术卖给了丰田公司。

&hellip;&hellip;

## <<高效能人士的七个习惯>>

### 媒体关注与评论

成功的秘诀，就在于确认出什么对你是最重要的，然后拿出各种实际行动，不达目的誓不罢休。

——安东尼·罗宾 我相信，只要能不断辛勤灌溉所种下的种子——持续去做对的事情——那么就会走出人生的寒冬、进入春天，多年看似不见成效的努力就终必有收获的一天。

——安东尼·罗宾 果断地作出决定，可以使你不再为自己找借口，在很短的时间里让自己彻头彻尾地改变，不管是家庭、事业、心态、健康、收入乃至人际关系。我们可以说“决定”乃是一切改变的动力，它可以改变一个人、一个家、一个国和整个世界。

——安东尼·罗宾

## <<高效能人士的七个习惯>>

### 编辑推荐

每个人都可以成就事业，每个人的生命里都有一颗伟大的种子。  
这其中自然也包括你。

记住：你是一个有价值的人，你有能力创造美好事物。

请你留意雨后走在马路上的孩子，当他们发现前面有个小水塘时会怎么办？

他们是不是很高兴地跑进去玩着、闹着、笑着？

反而那些大人不仅从水塘边绕过去，同时嘴里还会抱怨个不停。

如果你希望有个不同寻常的人生、如果你希望人生中春天常在，那么就在脸上挂着笑容吧。

请展现出一副充满活力的面貌，让自己对于未来有个乐观的期望，这是你活在人世的最大权利。



## <<高效能人士的七个习惯>>

### 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>